

健康 だより



【執筆者】
保健福祉課健康推進係
保健師 佐藤 亜海

「家族みんなでむし歯チェックを！」

突然ですが、みなさんは乳歯の初期むし歯の色は何色かご存じですか？むし歯と言えば、「黒色」のイメージがあると思います。実は、乳歯の初期むし歯の色は、「濁った白」と言われており、だんだん進行していくと黒色になります。乳歯は非常に柔らかく、むし歯の進行がとても早いです。初期むし歯はよく見ないと分からないため、普段から歯みがきや仕上げ磨きの時にしっかりとお子さまの歯を観察し、あれ？と思ったらすぐに歯科受診しましょう。定期的に歯科健診を受け、健康な歯を保つことが大切です。歯科健診では、むし歯のチェックだけでなく歯科医師や歯科衛生士からお子さまに合わせたアドバイスがもらえます。保健センターでは、1歳2か月頃～就学前までの子どもを対象に年4回無料で歯科健診を行っています。直近では11月20日（土）に実施予

定です。この機会に歯の状態を確認しましょう！
また、むし歯菌は大人から子どもへ移ることも!? 食べ物の口移しや、お箸・スプーンの共有をしないことはもちろんですが、普段一緒に生活している大人の口腔をきれいに保つことも子どもがむし歯にならないために非常に重要です。猿払村では、今年度40,50,60,70歳になる方、妊娠14～23週の方へ歯周病検診無料クーポンを発行しており、65歳以上の方も歯科口腔健診を無料で受けることができる取り組みを実施しています。歯周病を予防することは、肥満・糖尿病などの病気や生まれてくる子どもの低体重・早産を防ぐことに繋がります。受診した方へ口腔ケアグッズをお渡ししています。ご予約は猿払村歯科診療所(2-3059)までお願いします。子ども、家族、自分のためにしっかりお口のケアを行いましょう。

新しい・役場の顔

7月1日、9月1日付で新たに採用となった職員をご紹介します。
①役職 ②出身地 ③最近ハマっていること ④特技



産業課水産商工林務係
さがみ ともき
坂上 智希

①主査 ②釧路市 ③ハイボールを飲む
④アイスホッケー
初めての業務内容で戸惑いもありましたが早く業務を覚えて、皆様のお役に立てればと思っております。村民の皆様、見かけたら気軽に声を掛けて頂けると幸いです。これからよろしくおねがいします。



地域包括支援センター
たにもと まさき
谷本 真毅

①主査(主任介護支援専門員) ②京都府宇治市 ③温泉巡り ④特にないです
7月より入職し数か月経ちますが、日々、利用者の方々に励ましのお言葉をいただき、とても感謝しております。これからも感謝の気持ちをお忘れず、精進してまいりますので、どうぞよろしくおねがいいたします。



今月の あなたのしあ

「ナンプレ」 ※答えは来月号で発表します

- 太線で区切られた3×3のマスに1～9の数字を入れる
- 縦と横のすべての列に1～9の数字を入れる
- 横縦の列と太線で区切られた3×3のマスには同じ数字は入らない

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 7 | | 8 | | | 3 | |
| 3 | | 4 | 9 | | 2 | 6 | | 1 |
| 5 | | | | | 7 | 4 | | |
| | 4 | | | | 5 | | | 3 |
| | 6 | | | | | 8 | 9 | |
| | | | 6 | | | | | |
| | 2 | | 5 | 6 | 3 | 7 | | 9 |
| 7 | 3 | | | | 8 | | | 6 |
| | | 9 | | 4 | | | 8 | |

先月号の答え



- ①シャツの色が変わった
- ②レンズの色が変わった
- ③FがEに変わった
- ④白線が切れた

輝くさるふっキッズ

みなさんから応募のあった、10月生まれのお子さんを紹介します。1歳～6歳までの猿払村に住んでいる子どもが対象です。FacebookやInstagramから応募ができますので、お気軽にご応募ください。 ※毎月15日が締め切りです



の上道 稀音ちゃん(1)
2020年10月6日生まれ
保護者：上道 健也さん

「輝くさるふっキッズ」 ご応募お待ちしております！

■応募方法

- ①役場への持ち込み
・写真のデータを役場までお持ちください。
- ②SNSからデータ送信
・猿払村公式 Facebook、Instagram のメッセージ機能から写真を送ってください。

詳しくは下のQRコードにアクセスください。



※掲載年齢は、誕生日以降の年齢です